منہ میں کڑوا ذائقہ کی وجوہات اور اس کے علاج کے طریقے

منٹ پڑھیں 8 جون 2020 - 30 جولائی 2021 کو اپ ڈیٹ ہوا۔ 19

بذریعہ سروجانا کرالیتی ، ڈی ایم ڈی | جنرل ڈینٹسٹ

اس مضمون میں:

منہ میں تلخ ذائقہ کی عام وجوہات
ساتھ والی علامات

مزید دکھائیں

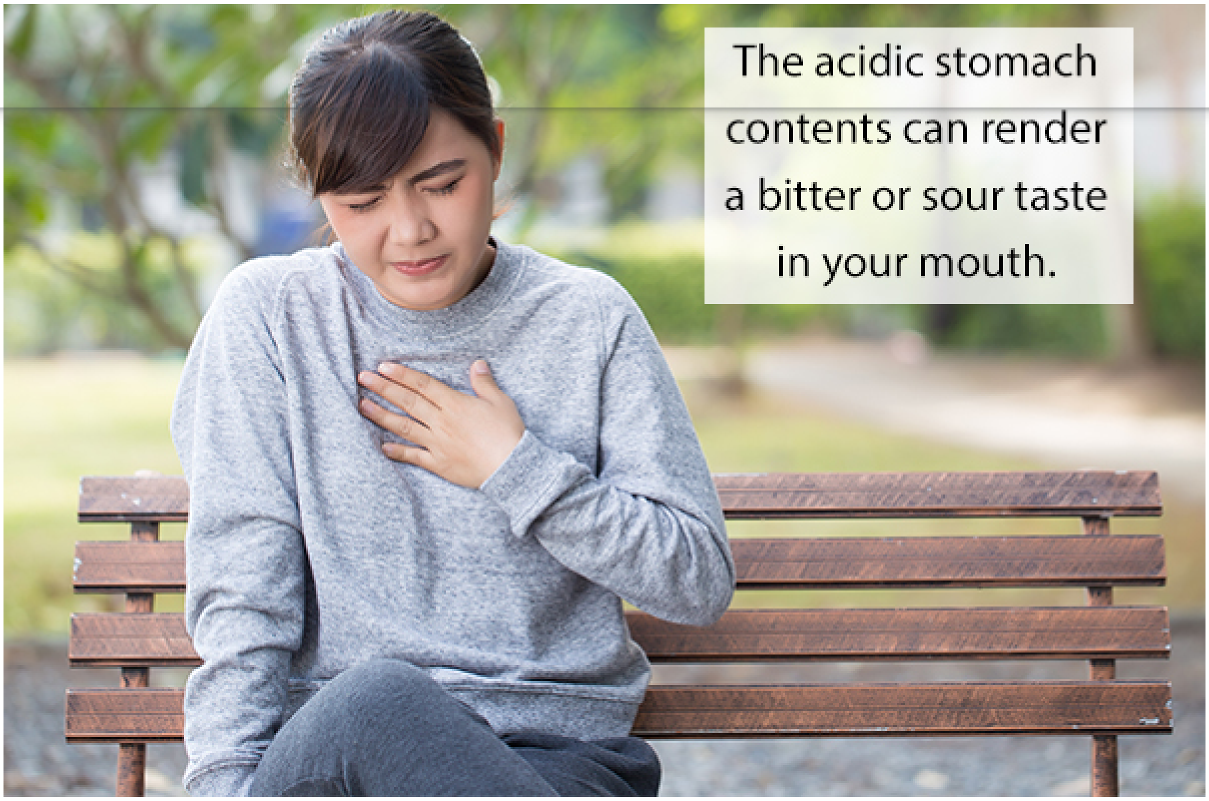
کہلاتا ہے۔ منہ میں کڑوا ذائقہ dysgeusia کڑوا ذائقہ یا ذائقہ کا کوئی بدلا ہوا احساس محسوس کرنا یا ذائقہ میں کسی قسم کی تبدیلی محسوس کرنا بذات خود کوئی بیماری نہیں ہے بلکہ یہ ایک بنیادی حالت کی علامت ہے۔

Privacy - Terms

زیادہ تر وقت، تیز یا کھٹا کھانا کھانے کے بعد منہ میں کڑوا ذائقہ رہتا ہے۔ ذائقہ کی یہ حس کچھ عرصے کے بعد خود بخود ختم ہو جاتی ہے۔ تاہم، اگر کوئی بنیادی بیماری موجود ہے، تو کڑوا ذائقہ بے ساختہ محسوس کیا جا سکتا ہے، یہاں تک کہ کوئی کھانا کھائے بغیر۔

امریکن جرنل آف میڈیسن میں شائع ہونے والے ایک مضمون میں ، *نیشنل ہیلتھ اینڈ نیوٹریشن ایگزامینیشن سروے* (NHANES) 2011-2012 نے اطلاع دی ہے کہ 142 ملین سے زیادہ امریکی جواب دہندگان میں سے 5% سے زیادہ کو ذائقہ کی خرابی کا سامنا کرنا پڑا، اور بڑھتی ہوئی عمر بڑھتے ہوئے پھیلاؤ کے ساتھ منسلک تھی۔ ذائقہ کی خرابی. (1)

منہ میں تلخ ذائقہ کی عام وجوہات


The acidic stomach contents can render a bitter or sour taste in your mouth.

مندرجہ ذیل عوامل کی وجہ سے لوگ اکثر اپنے منہ میں کڑوا ذائقہ پیدا کرتے ہیں۔

1. Gastroesophageal reflux disease (GERD)

معدہ کے ذریعہ غذائی نالی میں پیدا ہونے والے تیزابی رس کے ریفلکس کی وجہ سے GERD ہوتا ہے، جو گلے اور معدے کو جوڑنے والی پٹھوں کی نالی ہے۔ معدے کے تیزابی مواد کی یہ ریگرگیٹیشن آپ کے منہ میں کڑوا یا کھٹا ذائقہ پیدا کر سکتی ہے۔ (2) (3)

اکثر ذائقہ اور بو کے بدلے ہوئے احساس کا باعث بنتا ہے جو کہ معدے کی حرکت GERD پذیری کا ایک دائمی عارضہ جو کہ معدے کو خالی ہونے سے روکتا ہے، میں بھی عام ہے۔ (4)

2. ادویات

اینٹی بایوٹک، بلڈ پریشر، اور دل کی دوائیں، تھائرائڈ کی دوائیں، نفسیاتی ادویات، کینسر کے خلاف ادویات سمیت بہت سی دوائیں منہ کے ذائقے کو تبدیل کرتی ہیں۔ (1) (5)

3. زبانی اور دانتوں کی وجوہات

منہ میں کڑوا ذائقہ منہ کی ناقص حفظان صحت، مسوڑھوں کی بیماری، منہ کے چھالوں ، گھاوں، غیر موزوں دانتوں، یا فنگل انفیکشن جیسے کہ منہ کی کھجلی کا نتیجہ ہو سکتا ہے۔

اس کے علاوہ، دانتوں کے طریقہ کار کے دوران مختلف قسم کے سیمنٹ یا مقامی اینستھیزیا کا استعمال وقتی طور پر ذائقہ کی حس کو تبدیل کر سکتا ہے، لیکن یہ عام طور پر علاج کے بعد چند گھنٹوں میں ٹھیک ہو جاتا ہے۔ (1) (5)

4. تابکاری تھراپی

علاج کا یہ طریقہ ذائقہ کی کلیوں، منسلک اعصاب، اور/یا لعاب کے غدود کو نقصان پہنچا سکتا ہے اور ذائقہ کی حس کو بدل سکتا ہے۔ (5)

5. دائمی بیماریاں

ذیابیطس، گردے کی بیماری، تھائیرائیڈ کی بیماری، اور اوپری سانس کے انفیکشن جیسے عام سردی، سائنوسائٹس، اور فلو بعض اوقات ذائقہ کی حس کو متاثر کر سکتے ہیں۔ (1)

6. غذائی اجزاء کی کمی

زنک، وٹامن اے، اور وٹامن بی 12 کی کمی ذائقہ میں خلل ڈال سکتی ہے۔ (1)

7. مٹھائیاں

کچھ میٹھے مادوں کا ذائقہ کڑوا ہو سکتا ہے اگر دانت صاف کرنے کے فوراً بعد استعمال کیا جائے، کچھ ٹوتھ پیسٹ میں موجود اجزاء (جیسے سوڈیم لوریل سلفیٹ) کی وجہ سے۔ (5)

8. رجونورتی

غیر معمولی ذائقہ کے احساسات (نمک، کالی مرچ، یا کھٹا) کچھ خواتین میں رجونورتی کے دوران، منہ میں جلن کے سنڈروم کے ساتھ ساتھ دیکھا جاتا ہے۔ (5)

9. خشک منہ (زیروسٹومیا)

یہ حالت ذائقہ کے احساس میں تبدیلی کا سبب بنتی ہے۔ (6) خشک منہ اس وقت ہوتا ہے جب لعاب کے غدود سے تھوک کی پیداوار کم ہو جاتی ہے، جس کی وجہ دوائیوں، کیموتھراپی یا ریڈیو تھراپی، تمباکو کے استعمال میں اضافہ، بڑھاپا وغیرہ ہو سکتی ہے۔

ساتھ والی علامات

منہ میں تلخ ذائقہ عام طور پر درج ذیل علامات کے ساتھ ہوتا ہے۔

- سونگھنے کی حس کا نقصان (1)
- برننگ ماؤتھ سنڈروم - منہ میں جلن، ڈنکنا، اور/یا خارش، خاص طور پر زبان، بعض اوقات ہونٹوں اور منہ کے دیگر حصوں تک پھیل جاتی ہے (3)
- ناک بند ہونا (ناک بھری ہوئی) (1) (7)
- دیگر تبدیل شدہ ذائقہ کے احساسات، جیسے منہ میں دھاتی ذائقہ (1) (7)
- خشک منہ (1)

طبی علاج

ذائقہ کے بدلے ہوئے احساس کا علاج بنیادی وجہ پر منحصر ہے:

- اگر کڑوا ذائقہ یا ذائقہ میں کوئی تبدیلی دوائیوں کی وجہ سے ہوتی ہے، تو مریض کی طبی تاریخ کا جائزہ لینے اور ادویات میں تبدیلی کا جائزہ لینے کی سفارش کی جاتی ہے۔
- اگر یہ ایک دائمی حالت یا بنیادی بیماری کی وجہ سے ہے، تو حالت کی تشخیص اور علاج کی سفارش کی جاتی ہے۔
- زنک سپلیمنٹیشن زنک کی کمی والے مریضوں کو دی جاتی ہے، اور کچھ مطالعات کے مطابق، یہ ان مریضوں میں بھی دی جاتی ہے جن کے ذائقہ میں تبدیلی کی نامعلوم وجوہات ہیں۔ (6) تابکاری تھراپی یا کیموتھراپی کی وجہ سے ذائقہ کی حس میں تبدیلی علاج کے خاتمے

کے بعد چند مہینوں میں بتدریج کم ہو جائے گی۔ زنک کی سپلیمنٹ بھی ان مریضوں میں مددگار ثابت ہو سکتی ہے۔ (6)

- دانت صاف کرنے یا دانتوں کا علاج کروانے کے بعد منہ میں کڑوا ذائقہ عارضی ہوتا ہے اور چند گھنٹوں میں خود ہی ختم ہوجاتا ہے۔

بنیادی وجہ کی تشخیص

آپ کے منہ میں تلخ ذائقہ کی صحیح وجہ کی نشاندہی کرنا ایک کثیر مرحلہ عمل ہے، جس میں شامل ہیں:

- اپنی طبی تاریخ لینا
- آپ کی دوائیوں کا جائزہ لینا
- اپنے سر، گردن اور زبانی گہا کی جانچ کرنا

اس کے بعد، ڈاکٹر چند اضافی ٹیسٹوں کا حکم دے سکتا ہے:

- ذائقہ کے مختلف ٹیسٹ کیے جاتے ہیں۔ مریض سے کہا جاتا ہے کہ وہ میٹھے، نمکین، کھٹے اور کڑوے ذائقے کے حل چکھیں اور ذائقہ کی حس کا اندازہ لگانے کے لیے ان کے معیار اور

شدت کی نشاندہی کریں۔

- اگر بیکٹیریل یا فنگل انفیکشن کا شبہ ہو تو بعض اوقات سواب ٹیسٹ کیے جاتے ہیں۔ (5)

- بعض صورتوں میں، صدمے یا سر کی چوٹ ذائقہ کی کلیوں کو فراہم کرنے والے اعصاب کو متاثر کر سکتی ہے اور ذائقہ کی حس میں تبدیلی یا نقصان کا سبب بن سکتی ہے۔ ان صورتوں میں، سی ٹی اسکین یا ایم آر آئی کی ضرورت پڑسکتی ہے۔ (7)

- خون کے ٹیسٹ اور/یا پیشاب کے ٹیسٹ کسی بھی بنیادی طبی حالت کی تشخیص کے لیے کیے جاتے ہیں۔

گھریلو علاج اور خود کی دیکھ بھال کے اقدامات

Maintaining good oral hygiene is one of the most essential steps for reducing the bitter taste in your mouth.

آپ کے منہ میں تلخ ذائقہ کو کم کرنے کے لیے یہاں کچھ عام آزمائے گئے اور آزمائے گئے نکات اور اقدامات ہیں:

- اچھی زبانی حفظان صحت کو برقرار رکھنا، جس میں دن میں دو بار برش کرنا، فلاسنگ، زبان کی صفائی، اور منہ کی کلی کا استعمال شامل ہے، اگر یہ مسوڑھوں کی بیماری یا دیگر منہ کے انفیکشن کی وجہ سے ہو تو تلخ ذائقہ کو کم کرنے میں مدد کرتا ہے۔

- شوگر فری گم چبانے اور زیادہ پانی پینے سے منہ کے خشک ہونے اور ذائقہ کے بدلے ہوئے احساس کو کم کرنے میں مدد ملتی ہے۔ (6)

- دھاتی یا کڑوی ذائقہ والے کھانوں کا استعمال کم کرنا، جیسے سرخ گوشت، کافی اور چائے، ذائقہ کے بدلے ہوئے احساس کو کم کر دے گا۔ (5) (6)

- غذائیت سے بھرپور غذا کھانے میں مدد ملے گی جس میں انڈے، دودھ، مچھلی، پھل اور سبزیاں شامل ہوں۔ (6)

- کھانے میں مسالا اور مصالحے شامل کرنے سے اس کا ذائقہ بڑھ جاتا ہے۔ (6)

ممکنہ پیچیدگیاں

منہ میں کڑوا ذائقہ بذات خود کوئی پیچیدگیاں پیدا نہیں کرتا اور عام طور پر کسی بنیادی حالت کی علامت ہوتا ہے۔ وجہ کا علاج کرنے سے یہ علامت خود بخود کم ہو جائے گی۔

تاہم، کچھ لوگ ذائقہ کے بدلے ہوئے احساس کی وجہ سے بھوک میں کمی کا شکار ہو سکتے ہیں، جس کے نتیجے میں:

- غیر ارادی وزن میں کمی
- غذائیت
- زندگی کا کم معیار (1)

ڈاکٹر کو کب دیکھنا ہے۔

ڈاکٹر کو دیکھنا چاہیے اگر:

- منہ میں مستقل کڑوا ذائقہ یا ذائقہ کا احساس بدل جاتا ہے۔

- آپ کو بھوک کے مسائل اور/یا وزن میں کمی کا سامنا ہے۔

- آپ دیگر علامات کا تجربہ کرتے ہیں جیسے بو کی کمی، زبان میں جلن یا خارش ، اور خشک منہ۔

کے مطابق *بیماریوں کے کنٹرول اور روک تھام کے لئے مراکز* (سی ڈی سی) اور کچھ واقعاتی کی علامت ہوتی ہے. اس موضوع پر COVID-19 رپورٹس، ذائقہ یا بو کا ایک نیا نقصان تحقیق ابھی جاری ہے۔ اگر ذائقہ یا بو کی حالیہ کمی محسوس کی جائے تو ہمیشہ ڈاکٹر سے بات کرنے کی سفارش کی جاتی ہے۔ (8) (9)

آخری کلام

آپ کے منہ میں کڑوا ذائقہ پیدا ہونا عام طور پر کوئی سنگین مسئلہ نہیں ہوتا ہے اور اسے بنیادی مسئلہ کا جائزہ لے کر اور اس کا علاج کر کے حل کیا جا سکتا ہے۔ اچھی زبانی حفظان صحت، ایک غذائیت سے بھرپور غذا، اور بہت زیادہ پانی پینا کچھ عام طور پر تجویز کردہ حل ہیں۔

اگر دیگر علامات کا تجربہ ہو یا بھوک میں کمی ہو تو ڈاکٹر کو دیکھنا چاہیے۔ نئی کورونا وائرس وبائی بیماری کی روشنی میں، اگر ذائقہ یا بو میں کوئی حالیہ کمی محسوس کی جائے تو ڈاکٹر سے ملنے کا مشورہ دیا جاتا ہے۔

▼ حوالہ جات

کیا یہ مضمون مددگار تھا؟

جی ہاں شکریہ! ☺ واقعی نہیں ☹

محبت پھیلاؤ ❤️

اشتہارات

نیوز لیٹر

ہمارے بہترین اپ ڈیٹس اپنے ان باکس میں پہنچائیں:

اپنا ای میل درج کریں۔

سبسکرائب

اقسام

غذائیت

تندرستی

منہ کی دیکھ بھال

آنکھوں کی دیکھ بھال

دل کی صحت

جلد اور خوبصورتی

خواتین کی صحت

کان، ناک اور گلا۔

سانس کی صحت

لنکس

گھر

ہمارے بارے میں

رابطہ کریں۔

رازداری کی پالیسی

شرائط و ضوابط

کوکی پالیسی

ادارتی پالیسی

ایڈورٹائزنگ پالیسی

خبری مکتوب کے لیے درخواست دیں

یہ سائٹ صرف معلوماتی مقاصد کے لیے مواد فراہم کرتی ہے۔ فراہم کردہ معلومات طبی مشورے، تشخیص، یا علاج کے طور پر استعمال کرنے کے لیے نہیں ہے۔ طبی تشویش یا ہنگامی صورت حال کی صورت میں، براہ کرم اپنے صحت کی دیکھ بھال فراہم کرنے والے سے مشورہ کریں۔

HON
@
CODE
CERTIFIED
08/2020

© 2019 eMediHealth جملہ حقوق محفوظ ہیں ..